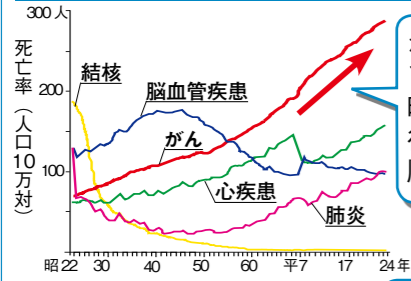




# 『がん』は生活習慣病です

日本では、2人に1人が『がん』にかかっていることをご存じですか。

## がん患者は年々増加しています



がんは一貫して増加傾向。昭和50年代後半から死因順位第1位。

▲死因順位別死亡率

	男性		女性	
	死亡率	罹患率	死亡率	罹患率
1位	肺	胃	大腸	乳房
2位	胃	肺	肺	大腸
3位	大腸	大腸	胃	胃

これらのがんは、検診を受け早期に発見することで、早期に治療することができます。

▲がんの罹患率と死亡率の高いもの

## がんを防ぐ生活習慣

- ・ バランスのとれた食事を心掛ける。
- ・ 腹八分目で、脂肪分はひかえめにする。
- ・ 減塩し、あまり熱いものは冷ましてから食べる。
- ・ 焦げた部分は避ける。
- ・ お酒はほどほど、タバコは吸わない。
- ・ 適度に運動をする。
- ・ 日光に当たりすぎない。

生活習慣に注意し、年に一度はがん検診を受けましょう。(グラフ、表：厚生労働省 人口動態統計2012より)

【問い合わせ】健康増進課成人健康係  
☎ 83-8122 FAX83-8619

## おくやみ(敬称略)

- |                       |                       |                        |
|-----------------------|-----------------------|------------------------|
| 阿部 等 (78) 長 沼 10/30   | 宮平光信 (94) 田 町 11/11   | 加河ケイ (98) 高勢町三 11/20   |
| 海老原喜一 (79) 高 田 10/31  | 藤井光亨 (91) 大 根 田 11/12 | 谷中二郎 (84) 水 戸 部 11/21  |
| 小堀イノ (103) 東 沼 11/1   | 柴山たみ (89) 青 田 11/13   | 菅谷忠太 (89) 下 籠 谷 11/21  |
| 小幡正敏 (73) 上高間木三 11/2  | 池田美津枝 (91) 石 島 11/14  | 鷲谷マキ (86) 三 谷 11/22    |
| 増淵恒一郎 (89) 長 沼 11/2   | 柳 耕 (82) 鹿 11/14      | 青柳をあさ (88) 島 11/23     |
| 上野チエ (93) 谷貝新田 11/2   | 田村 正 (78) 大谷台町 11/15  | 市村静江 (77) 東 郷 11/23    |
| 篠崎満夫 (78) 根 本 11/3    | 大塚昭七 (81) 砂ヶ原 11/16   | 飯田英一 (82) 荒 町 三 11/24  |
| 川村光司 (87) 熊倉町 11/3    | 西田恵子 (58) 砂ヶ原 11/16   | 蒲野好枝 (85) 物 井 11/24    |
| 篠原タイ (85) 西田井 11/5    | 村岡昭三 (86) 荒 町 三 11/16 | 武田正臣 (54) 京 泉 11/25    |
| 黒崎澄江 (86) 八 條 11/6    | 飯塚タイ (87) 粕 田 11/16   | 石川タケ子 (92) 伊 勢 崎 11/26 |
| 熊谷政夫 (93) 長 田 11/7    | 羽石ヤス子 (92) 清 水 11/16  | 柳 イト (87) 鹿 11/26      |
| 中里美代子 (80) 西田井 11/8   | 松原 廣 (78) 久下田西二 11/17 | 山口政子 (93) 下 籠 谷 11/27  |
| 豊田寛義 (88) 横 田 11/9    | 山賀キノ (81) 粕 田 11/17   | 高橋好子 (82) 石 島 11/27    |
| 石野美好 (87) 堀 内 11/9    | 大山良二 (79) 久下田 11/17   | 浅香ハル (90) 高 田 11/28    |
| 柳 テル (91) 物 井 11/10   | 亀田孝重 (89) 上 江 連 11/18 | 谷田部雄一 (70) 東 沼 11/28   |
| 石崎明二郎 (86) 石 島 11/10  | 加藤 才 (84) 中 11/18     | 増本サワ (96) 上 大 沼 11/29  |
| 木村喜重 (91) 大和田 11/11   | 戸上利行 (59) 京 泉 11/19   | 武田シゲ (92) 熊倉町 11/29    |
| 野澤芳雄 (85) 上 大 曾 11/11 | 田口道男 (80) 清 水 11/20   |                        |
- ※住所が「〇丁目」の場合は、丁目を省略しています。

# 社会福祉協議会だより

11月に寄付をしてくださった方々(敬称略)ありがとうございました。

## 善意銀行

- 物品預託**  
真岡市市民活動推進センター… タオル 25 本
- 金銭預託**  
公文北真岡教室 今井 和子……………9,861 円  
真岡市在宅介護者家族の会……………103,166 円  
株式会社神戸製鋼所真岡製造所…500,000 円

## わたのみ基金

- 東部オープンゴルフコンペ参加者一同……………290,000 円
- 真岡市制施行 60 周年記念事業  
第 33 回真岡市民ゴルフ大会……………150,000 円  
古河ヤクルト販売株式会社……………124,000 円  
真岡ライオンズクラブ……………100,000 円  
四つ竹健康おどり雅流真岡地区会員一同……………86,000 円
- うな源チャリティーゴルフコンペ…33,260 円  
有限会社ハヤセ……………31,470 円  
有限会社小堀豊店……………24,790 円  
JA はが野真岡支店焼そばコーナー…4,356 円  
JA あぐりっ娘 NANA……………2,500 円

【申し込み・問い合わせ】  
社会福祉協議会 ☎ 82-8844 FAX82-5516

## 24 時間受付・年中無休・無料の電話健康相談 「もおか健康相談 24」 ☎ 0120-335-140

携帯電話・IP 電話からは ☎ 03-3839-5212 通話料のみお客さま負担  
体の症状・治療や育児、介護、ストレスなどの健康相談サービス



▲工業団地誘致を記念したモニュメントが、工業団地内の公園に立っている

昭和30年代後半、私は市の職員として、工業団地開発協会の次長という職にあり、その頃真岡市は、労働人口が大都市へ流出することによる人口減少が問題となっていました。それに歯止めをかけ、農・工・商のバランスのとれたまちをつくるために、工業団地誘致を掲げた当時の岩崎純三市長と共に奔走しました。中村地区に工業団地を誘致するという方針が決まる

# あの日あのころ

第333回  
やなぎのぶゆき  
柳 信之さん  
(台町在住・87歳)



## 工業団地の誘致に携わって…

と、「農家の畑をつぶすのか」と地元農業者の人たちによる大きな反対運動が起こり、誘致反対の旗を掲げた大勢の人が市役所前で抗議行動をすることもありました。反対派と賛成派の衝突を避けるため、反対派も賛成派も一堂に会し、工業団地を誘致する目的や、用地買収の方法などについて話し合いを重ねました。

その結果、趣旨に賛同した中村地区の有力者が、所有する土地を安く提供してくれたり、国の住宅公団が多額の買収資金を貸し出してくれたこと、地元の理解が得られたことなど、多くの方々や関係する機関の協力をいただき、工業団地の用地を準備することができました。地元の理解を得る活動をする一方で、国からの開発区域の指定を受けるために

国土交通省に向いて協議をしたり、そこに企業を誘致するためのPR活動を続けていきました。企業訪問で全国各地を飛び回る中、西日本の大企業との交渉の前に、良縁を願って、縁結びの神として知られる出雲大社へ岩崎市長とお参りをしたことも思い出として残っています。今ではこうして、皆さんの優良企業が真岡に進出し、定着してくれたことをとてもうれしく思っています。

昭和29年の町村合併や、市民会館の建設、五行川の河川整備など、長年の役所勤めの間に携わった思い出に残る仕事はいろいろあります。しかしその中でも、岩崎市長と共に昼夜を問わず走り回り、たくさんの方々に支えられ、多くの仲間と成し遂げた工業団地の誘致は、真岡の市勢を考える上で大きな転換点であり、私にとっても一番の思い出となっています。

# 消費生活センターメモ

シリーズ 379

## ねらわれる二十歳過ぎ

1月12日は成人の日です。20歳を迎えると、法律で保護されている未成年と違い、契約に対して法的責任が求められるようになります。契約が成立すると特別な場合を除き一方的にやめることはできません。

若者をターゲットにして販売目的を隠して誘い出し、言葉巧みにアクセサリーや語学教材などの購入を迫る、代表的な悪質商法の手口を紹介します。



たといったケースが増えていきます。サイトやプロフィールに、個人を特定できるような情報を掲載しないようにしましょう。

◆トラブルにあわないために  
・知らない人からの電話による呼び出し、街中で声をかけに感じない。  
・その場で契約しない。  
・契約する前に、家族や知人に相談する。

ご相談は、消費生活センター(青年女性会館内) 毎週月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00  
ハナシテナヤミナシ ☎ 84・7830 相談料無料